

Тепловая обработка мясных продуктов, до того момента, когда начинается его "варка", можно условно разделить на несколько этапов.

Первый диапазон температур - температуры хранения - от +1 (+5) до +60 (+65) градусов по Цельсию. Это так называемый "опасный диапазон температур", три которых происходит активное размножение бактерий и других вредоносных микроорганизмов.

То-есть охлаждённые продукты нужно хранить при температуре не выше чем +5 градусов по Цельсию, а разогретые при температуре не ниже +65 градусов.

С температурой охлаждения всё понятно, при температурах близких к нулю градусов по Цельсию мясо не сварить... А вот температура нагрева - другое дело.

При температурах в диапазоне от 30 до 65 градусов по Цельсию в мясных продуктах начинают плавиться жиры и начинают "свёртываться" некоторые виды животных белков. Но этот процесс достаточно медленный, и его конечно-же "варкой" не назовёшь, тем более, что до 65 градусов - температура из "опасного диапазона", способствующая ускоренному росту бактерий...

При температурах в диапазоне от 65 до 74 градусов по Цельсию жиры становятся

жидкими и начинает распадаться животный белок "миоглобин", мясо начинает приобретать серый оттенок.

Белок "коллаген" (основа соединительных мышечных тканей) "свёртывается" и активно вытесняет жидкость. "Мясной сок" - вытесняемая из мышечной ткани жидкость, начинает терять розовый оттенок и становится прозрачным. Мясо быстро приобретает серый цвет и начинает сжиматься - "увариваться".

Вредоносные микроорганизмы погибают практически полностью.

Можно-ли назвать процессы происходящие при температурах от 65 до 74 градусов по Цельсию - варкой? Для изделий из фарша и мяса птицы - да, можно.

Мясо птицы и изделия из фарша уже при **температурах 72 - 74 градуса** по Цельсию можно довести до полной готовности.

Но времени понадобится довольно много, до несколько часов.

При температурах в диапазоне от 75 до 85 градусов по Цельсию белок "коллаген" начинает распадаться и образует желатин. Именно при температурах этого диапазона начинается активный процесс, который можно назвать "варкой" для мяса. Но при таких температурах этот процесс занимает много времени.

При температурах в диапазоне от 85 до 95 градусов по Цельсию процессы распада "коллагена" значительно ускоряются. Ускоряется образование желатина. Мясо становится мягким и не теряет "сочности", не пересыхает.

При температурах в диапазоне от 100 градусов по Цельсию - оставшаяся в мясе жидкость начинает закипать и разрывает мышечные волокна. Мясо "расслаивается" на волокна, очень сильно "уваривается" и становится совершенно сухим... даже если варится в жидком бульоне. Основной объём желатина и "мясного сока" вытесняется.

При температурах в диапазоне от 150 градусов по Цельсию - происходит распад белков на аминокислоты, что и приводит к появлению "золотистой корочки" - но это уже не "варка", а "жарка" мяса...

Можно "подытожить"

- температурой пригодной для варки мяса можно считать температуру в диапазоне 65 - 95 градусов по Цельсию.

Но речь идёт не о температуре "окружающей среды", а о так называемой "внутренней" температуре мяса, о температуре, которая поддерживается

для приготовления время **"внутри продукта"...**